॥ श्रीहरिः ॥

300▲

नारीधर्म

300

॥ श्रीहरिः ॥

नारी-धर्म

त्वमेव माता च पिता त्वमेव
त्वमेव बन्धुश्च सखा त्वमेव।
त्वमेव विद्या द्रविणं त्वमेव
त्वमेव सर्वं मम देवदेव॥

गीताप्रेस, गोरखपुर

॥ श्रीहरिः ॥

नारी-धर्म

स्त्री-धर्मके विषयमें न तो मुझे विशेष ज्ञान है और न मैं अधिकारी ही हूँ तथापि अपनी साधारण बुद्धिके अनुसार कुछ लिखनेका प्रयास कर रहा हूँ।

स्वतन्त्रताके लिये स्त्रियोंकी अयोग्यता

स्त्री-जातिके लिये स्वतन्त्र न होना ही सब प्रकारसे मंगलदायक है। पूर्वमें होनेवाले ऋषि-महात्माओंने स्त्रियोंके लिये पुरुषोंके अधीन रहनेकी जो आज्ञा दी है, वह उनके लिये बहुत ही हितकर जान पड़ती है। ऋषिगण त्रिकालज्ञ और दूरदर्शी थे। उनका अनुभव बहुत सराहनीय था। जो लोग उनके रहस्यको नहीं जानते हैं, वे उनपर दोषारोपण करते हैं और कहते हैं कि ऋषियोंने जो स्त्रियोंकी स्वतन्त्रताका अपहरण किया, यह उनके साथ अत्याचार किया गया; ऐसा कहना उनकी भूल है; परंतु यह विषय विचारणीय है। स्त्रियोंमें काम, क्रोध, दु:साहस, हठ, बुद्धिकी कमी, झूठ, कपट, कठोरता, द्रोह, ओछापन, चपलता, अशौच, दयाहीनता आदि विशेष अवगुण होनेके कारण वे स्वतन्त्रताके योग्य नहीं हैं, तुलसीदासजीने भी स्वाभाविक कितने ही दोष बतलाये हैं—

नारि सुभाउ सत्य सब कहहीं। अवगुन आठ सदा उर रहहीं॥
साहस अनृत चपलता माया। भय अबिबेक असौच अदाया॥

अतएव उनके स्वतन्त्र हो जानेसे—अत्याचार, अनाचार, व्यभिचार आदि दोषोंकी वृद्धि होकर देश, जाति, समाजको

बहुत ही हानि पहुँच सकती है। इन्हीं सब बातोंको सोचकर मनु आदि महर्षियोंने कहा है—

बालया वा युवत्या वा वृद्धया वापि योषिता।
न स्वातन्त्र्येण कर्तव्यं किञ्चित् कार्यं गृहेष्वपि॥
बाल्ये पितुर्वशे तिष्ठेत् पाणिग्राहस्य यौवने।
पुत्राणां भर्तरि प्रेते न भजेत् स्त्री स्वतन्त्रताम्॥

(मनु० ५। १४७-१४८)

'बालिका, युवती वा वृद्धा स्त्रीको भी (स्वतन्त्रतासे बाहरमें नहीं फिरना चाहिये और) घरोंमें भी कोई कार्य स्वतन्त्र होकर नहीं करना चाहिये। बाल्यावस्थामें स्त्री पिताके वशमें, यौवनावस्थामें पतिके अधीन और पतिके मर जानेपर पुत्रोंके अधीन रहे, किंतु स्वतन्त्र कभी न रहे।'

'यह बात प्रत्यक्ष भी देखनेमें आती है कि जो स्त्रियाँ स्वतन्त्र होकर रहती हैं, वे प्रायः नष्ट-भ्रष्ट हो जाती हैं। विद्या, बुद्धि एवं शिक्षाके अभावके कारण भी स्त्री स्वतन्त्रताके योग्य नहीं है।'

वर्तमान कालमें स्त्री-शिक्षाकी कठिनाई

स्त्री-जातिमें विद्या एवं शिक्षाका भी बहुत ही अभाव है। इनके लिये शिक्षाका मार्ग भी प्रायः बंद-सा हो रहा है और न अति शीघ्र कोई सरल राह ही नजर आती है। कन्याओं एवं स्त्रियोंको यदि पुरुषोंद्वारा शिक्षा दिलायी जाय तो प्रथम तो पढ़े-लिखे मिलनेपर भी अच्छी शिक्षा देनेवाले पुरुष नहीं मिलते। उनके स्वयं सदाचारी न होनेके कारण उनकी शिक्षाका अच्छा असर नहीं पड़ता, वरं दुराचारकी वृद्धिकी ही शंका रहती है। शंका ही नहीं, प्रायः ऐसा देखनेमें भी

आ जाता है कि जहाँ कन्याओं और स्त्रियोंको पुरुष शिक्षा देते हैं, वहाँ व्यभिचारादि दोष घट जाते हैं। जहाँ कहीं स्त्रियोंके साथ पुरुषोंका सम्बन्ध देखनेमें आता है, वहाँ प्राय: दूषित वातावरण देखा जाता है। कहीं-कहीं तो उनका भंडाफोड़ हो जाता है और कहीं-कहीं नहीं भी होता। स्कूल, कालेज, पाठशाला, अबलाश्रम, थियेटर, सिनेमाकी तो बात ही क्या है। कथा, कीर्तन, देवालय और तीर्थस्थानादिका भी वातावरण स्त्री-पुरुषोंके मर्यादाहीन सम्बन्धसे दूषित हो जाता है। इसलिये स्त्री-पुरुषोंका सम्बन्ध जहाँतक कम हो, उतना ही हितकर है।

यदि स्त्रियोंके द्वारा कन्या एवं स्त्रियोंको शिक्षा दिलायी जाय तो प्रथम तो विदुषी, सुशिक्षिता स्त्रियोंका प्राय: अभाव-सा ही है। इसपर कोई मिल भी जाय तो सदाचारिणी होना तो अत्यन्त ही कठिन है। शिक्षापद्धतिको कुछ जाननेवाली होनेपर भी स्वयं सदाचारिणी न होनेसे उनका दूसरोंपर अच्छा असर होना सम्भव नहीं। आज भारतवर्षमें सैकड़ों कन्या-पाठशालाएँ हैं, परंतु यह कहना बहुत ही कठिन है कि उनमेंसे कोई भी पूर्णतया हमारे सनातन आदर्शके अनुसार संचालित हो रही हैं।

प्राचीन कालकी स्त्री-शिक्षा

पूर्वकालमें जिस शिक्षापद्धतिसे शिक्षिता होकर बहुत-सी अच्छी सदाचारिणी, विदुषी, सुशिक्षिता स्त्रियाँ हुआ करती थीं, वह शिक्षापद्धति अब प्राय: नष्ट हो गयी है। पहले जमानेमें कन्याएँ पिताके घरमें ही माता-पिता-भाई-बहिन आदि अपने घरके ही लोगोंद्वारा एवं विवाहके उपरान्त

ससुरालमें पति, सासु आदिके द्वारा अच्छी शिक्षा पाया करती थीं। वर्तमान कालकी तरह कहीं बाहर जाकर नहीं। इसलिये वे सदाचारिणी और सुशिक्षिता हुआ करती थीं। कन्याओंके गुरुकुल, पाठशाला और विश्वविद्यालयका उल्लेख श्रुति-स्मृति, इतिहास-पुराणादिमें कहीं नहीं पाया जाता। लड़कोंके साथ लड़कियोंके पढ़नेकी बात भी कहीं नहीं पायी जाती। उस समय ऊपर कहे अनुसार घरहीमें शिक्षाका प्रबन्ध किया जाता था या किसी विदुषी स्त्रीके पास अपने घरवालोंके साथ जाकर भी शिक्षा ग्रहण की जाती थी, जैसे श्रीरामचन्द्रजीके साथ जाकर सीताजीने अनसूयाजीसे शिक्षा प्राप्त की थी। उस कालमें बड़ी-बड़ी सुशीला, सुशिक्षिता विदुषियाँ हुई हैं, जिनके चरित्र आज भी हमारे लिये आदर्श हैं।

हमें भी इस समय स्त्रियोंके लिये शिक्षा और विद्या पानेका प्रबन्ध अपने घरोंमें ही करनेकी कोशिश करनी चाहिये। हर एक भाईको अपने-अपने घरमें धार्मिक पुस्तकोंके आधारपर अपने-अपने बाल-बच्चों और स्त्रियोंको नियमितरूपसे शिक्षा देनी चाहिये।

प्रथम मनुष्यमात्रके सामान्य धर्मकी एवं स्त्रीमात्रके सामान्य धर्मकी शिक्षा देकर फिर कन्याओंके लिये, विवाहिता स्त्रियोंके लिये एवं विधवा स्त्रियोंके लिये अलग-अलग विशेष धर्मकी शिक्षा देनी चाहिये।

मनुष्यमात्रके कर्तव्य

मनुष्यमात्रके सामान्य धर्म संक्षेपसे निम्नलिखित हैं—स्त्रियोंको इनके भी पालन करनेकी कोशिश करनी चाहिये।

महर्षि पतंजलिने यम-नियमके नामसे और मनुने धर्मके नामसे ये बातें बतायी हैं।

अहिंसासत्यास्तेयब्रह्मचर्यापरिग्रहा यमाः। (योगदर्शन २।३०)

यम किसी प्राणीको किसी प्रकार भी किंचिन्मात्र कभी कष्ट न देनेका नाम अहिंसा है।

हितकारक प्रिय शब्दोंमें न अधिक और न कम, अपने मनके अनुभवका जैसा-का-तैसा भाव निष्कपटतापूर्वक प्रकट कर देनेका नाम सत्य है।

किसी प्रकार भी किसीकी वस्तुको न छीनने और न चुरानेका नाम अस्तेय है।

सब प्रकारके मैथुनोंका त्याग करके वीर्यकी रक्षा करनेका नाम ब्रह्मचर्य* है।

शरीरनिर्वाहके अतिरिक्त भोग्य पदार्थका कभी संग्रह न करनेका नाम अपरिग्रह है।

ये पाँच यम हैं, इन्हींको महाव्रत भी कहते हैं।

शौचसन्तोषतपःस्वाध्यायेश्वरप्रणिधानानि नियमाः।

(योगदर्शन २।३२)

नियम सब प्रकारसे बाहर और भीतरकी पवित्रताका नाम शौच है। दैवेच्छासे प्राप्त सुख-दुःखादिमें सदा-सर्वदा संतुष्ट रहनेका नाम संतोष है।

मन और इन्द्रिय-संयमरूप धर्मपालनके लिये कष्ट सहन करनेका नाम तप है।

---

* कर्मणा मनसा वाचा सर्वावस्थासु सर्वदा।
सर्वथा मैथुनत्यागो ब्रह्मचर्यं प्रकीर्तितम्॥

ईश्वरके नाम और गुणोंका कीर्तन एवं कल्याणप्रद शास्त्रोंके अध्ययनका नाम स्वाध्याय है।

सर्वस्व ईश्वरके अर्पण करके नित्य उनके स्वरूपका ध्यान रखते हुए उनकी आज्ञाके पालन करनेका नाम ईश्वरप्रणिधान है। ये पाँच नियम हैं।

धृतिः क्षमा दमोऽस्तेयं शौचमिन्द्रियनिग्रहः।
धीर्विद्या सत्यमक्रोधो दशकं धर्मलक्षणम्॥

(मनु० ६। ९२)

धर्मके दस लक्षण भारी दुःख आ पड़नेपर भी बुद्धिके विचलित न होने और धैर्य धारण करनेका नाम धृति है।

अपकार करनेवालेसे बदला लेना न चाहनेका नाम क्षमा है।

मनको वशमें करनेका नाम दम है।

अस्तेय और शौचका अर्थ ऊपर लिखा ही है।

इन्द्रियोंको वशमें करनेका नाम इन्द्रिय-निग्रह है।

सात्त्विक बुद्धिका नाम धी है।

सत्य और असत्य पदार्थके यथार्थ ज्ञानका नाम विद्या है।

सत्यका अर्थ भी ऊपर दिया जा चुका है।

मनकी प्रतिकूलतामें वृत्तियोंके उत्तेजित न होनेका नाम अक्रोध है।

इसलिये ईश्वरभक्ति, योग्यता और शक्तिके अनुसार सेवा करना, काम-क्रोध-लोभ-मोहादि दुर्गुणोंका त्याग, लज्जा, शील, समता, संतोष, दया, सरलता, शान्ति, कोमलता, निर्भयता आदि सद्गुणोंका सेवन, चोरी, जारी, झूठ, कपट, हिंसा आदि

दुराचारों एवं मादक वस्तुओंका तथा परनिन्दा आदि दुर्व्यसनोंका त्याग करना मनुष्यमात्रका कर्तव्य है।

शास्त्रोंमें मनुष्यमात्रके लिये आत्माके उद्धारके प्रायः तीन उपाय बतलाये हैं— कर्म, उपासना और ज्ञान। उनमें ज्ञानका मार्ग कठिन होनेके कारण स्त्रियोंके लिये कर्म और उपासना—ये दो ही सरल सुसाध्य हैं। अतएव स्त्रियाँ निष्कामभावसे कर्म और उपासना (ईश्वरभक्ति) करके ही शीघ्र आत्माका उद्धार कर सकती हैं।

भगवान्ने गीतामें कहा है कि अपने-अपने कर्मोंके द्वारा ईश्वरको पूजकर मनुष्य परम गतिको प्राप्त होता है।

यतः प्रवृत्तिर्भूतानां येन सर्वमिदं ततम्।
स्वकर्मणा तमभ्यर्च्य सिद्धिं विन्दति मानवः॥

(१८। ४६)

'हे अर्जुन ! जिस परमात्मासे सर्वभूतोंकी उत्पत्ति हुई है और जिससे यह सर्वजगत् व्याप्त है, उस परमेश्वरको अपने स्वाभाविक कर्मद्वारा पूजकर मनुष्य परम सिद्धिको प्राप्त होता है।'

अतएव स्वार्थका त्याग करके सभी स्त्रियोंको उत्तम कर्मोंका आचरण निष्कामभावसे करना चाहिये। निष्कामभावसे सदाचारका पालन करनेसे शीघ्र ही आत्माका कल्याण हो सकता है।

जिस आचरणसे यावन्मात्र जीवोंको सुख पहुँचे, उसीका नाम सदाचार है।

स्त्रीमात्रके कर्तव्य

कर्म प्रथम तो नैहर और ससुरालवालोंके साथ उत्तम आचरणोंका अभ्यास करें। घरमें जो बड़े स्त्री-पुरुष हों उनकी सेवा, उनसे शिक्षाका ग्रहण, नित्य उनके चरणोंमें प्रणाम और उनकी आज्ञाका पालन करें। समान अधिकारवालोंसे प्रेमका व्यवहार करके प्रीति बढ़ावें और छोटोंका वात्सल्यभावसे पालन करें एवं खान-पान, लेन-देन आदिमें स्वार्थका त्याग करके सबके साथ सम व्यवहार करें। वस्त्राभूषण एवं खान-पान आदि पदार्थ जो बाहरसे आ प्राप्त हों या घरमें ही तैयार किये जायँ, उनमें सबसे उत्तम पदार्थ यदि नैहरमें निवास हो तो माता-पिता, भाई-बहन, भौजाई-भतीजे आदिको मिले ऐसी कोशिश करें। अपने और अपने बालकोंके लिये नहीं। यदि माता-पिता, भाई-भौजाई इत्यादि विशेष आग्रह करें और उनकी प्रसन्नताके लिये चीज स्वीकार करनी ही पड़े तो जहाँतक हो वे देना चाहें उससे कम लेकर ही स्वयं संतोष एवं प्रसन्नता प्रकट करें एवं उनको भी संतोष करावें। बिना दिये एवं बिना उनकी मर्जी कोई भी चीज अपने या अपने बालकोंके लिये न तो माँगें ही और न लेनेकी इच्छा ही करें। यदि माता-पिता, भाई-भौजाईसे छिपाकर कोई वस्तु देवें तो वह उनके संतोषके लिये भी न लें एवं भाई-भौजाईकी मर्जी बिना प्रकटमें भी कोई चीज दें तो वह भी स्वीकार न करें; क्योंकि संसारमें त्याग ही सबसे बढ़कर मूल्यवान् महत्त्वपूर्ण मुक्तिदायक पदार्थ है।

इसी प्रकार यदि ससुरालमें हों तो सास-ससुर, जेठ-जेठानी, देवर-देवरानी, फूफी-ननद आदि एवं उनके बालकोंको उपयुक्त उत्तम पदार्थ देकर बचे हुए पदार्थ अपने पति, पुत्र, नौकरादिको

देकर सबके बाद सीता, सावित्री, द्रौपदी*, दमयन्तीकी तरह आप ग्रहण करें।

अपनी निजी चीज पीहर या ससुरालके दूसरे लोग काममें लावें तो अपना अहोभाग्य समझें और आनन्द मानें। यही नहीं—वह उनकी सेवामें लगे इसके लिये कोशिश भी करें तथा इस प्रकारकी सेवा करके किसीके आगे प्रकाश न करें, दूसरोंके अधिकारकी चीज स्वयं लेनेके लिये कभी इच्छा एवं कोशिश न करें।

देवरानी, जेठानी, ननद आदिके बालकोंका अपने बालकोंकी अपेक्षा भी अधिक लाड़ और प्रेम करें। बालक थोड़ेमें ही प्रसन्न हो जाते हैं और बालकोंकी प्रसन्नता उनके माता-पिताको लाड़, चाव करनेवालेके प्रति कृतज्ञ बना देता है। इससे घरमें बड़ा प्रेम और सद्भाव रहता है।

पीहर या ससुरालमें सेवा-शुश्रूषा एवं रसोई-चौका, बर्तन आदि गृहकार्य तथा सीना-पिरोना, कातना, शिल्पकार्य या और कोई भारी कठिन काम आ प्राप्त हो, सबसे पहले उत्साहके साथ उसको परमधर्म समझकर स्वयं करनेकी चेष्टा करें। दूसरे करते हों तो उनसे प्रेमाग्रहपूर्वक छीनकर स्वयं ही करनेकी चेष्टा करें। 'काममें अगाड़ी और भोगमें पिछाड़ी' वाली कहावतको अक्षरश: चरितार्थ कर दिखा दें। इस प्रकारका नि:स्वार्थभावका कर्तव्यपालन ही शीघ्र आत्माका कल्याण करनेवाला है।

कोई काम दूसरे पाँच आदमियोंके साथ मिलकर करें

---

* स्त्री-शिक्षाके विषयमें द्रौपदीने सत्यभामाको महाभारत-वनपर्व अध्याय २३३-२३४ में जो कहा है वह देखना चाहिये। यह विषय गीताप्रेससे प्रकाशित 'भगवच्चर्चा भाग-२' नामक पुस्तकमें भी है।

तो उसकी सफलताका श्रेय सत्यकी रक्षा करते हुए स्वयं न लेकर दूसरोंको ही देनेका प्रयत्न करें तथा कुछ बिगड़ जाय तो नम्रतापूर्वक स्वयं अपना ही दोष कायम करें।

सबको यथायोग्य मान, बड़ाई, प्रतिष्ठा दें; किंतु इन्हें मुक्तिमें बाधक समझकर स्वयं स्वीकार न करें। हित और सुखकर पदार्थ एवं कार्यको दूसरोंको देनेकी और कष्टप्रद एवं अधिक परिश्रमके कार्य तथा अपेक्षाकृत अल्प मूल्यवाले पदार्थ अपने लिये लेनेकी सदा कोशिश रखें। गृहकार्य, सेवा, उपकार करके न किसीको कहें और न उसे मनमें ही रखें। अपने द्वारा की हुई भलाई और दूसरोंद्वारा की हुई अपनी बुराईको भूल जायँ; किंतु दूसरेके द्वारा किये गये उपकारको कभी न भूलें। सबके साथ प्रेमका व्यवहार और सम्मानपूर्वक बातचीत करें। अपने साथ अनुचित व्यवहार करनेवालेके साथ भी ईर्ष्या, क्रोध, द्वेष, घृणा आदिसे रहित होकर उसका हित करनेकी कोशिश करें। इस प्रकारके व्यवहारसे शत्रु भी मित्र बन जाते हैं और स्वामी भी अनुकूल बन जाते हैं; किंतु ऐसा व्यवहार स्वामीको अनुकूल बनानेके उद्देश्यसे नहीं, अपना कर्तव्य समझकर ही करना चाहिये।

पीहर या ससुरालमें जो गृहकार्य सफाई आदि आवश्यक हो, उसको बिना पूछे ही करने लग जाय। भोजनादिके विषयमें ऐसा व्यवहार करना चाहिये, बलिवैश्वदेव होनेके बाद प्रथम तो अतिथिको भोजन कराना चाहिये। उसके बाद वृद्ध, बालक, रोगी, गर्भिणी स्त्री, प्रसूतिका, नवविवाहिता वधू आदिको भोजन कराना चाहिये। फिर घरके पुरुषोंको, उनके बाद नौकर आदि सबको भोजन कराके स्वयं भोजन

करना श्रेष्ठ माना गया है। गृहिणी स्त्रियोंके लिये वही यज्ञशिष्ट समझा गया है।

यज्ञशिष्टाशिनः सन्तो मुच्यन्ते सर्वकिल्बिषैः।
भुञ्जते ते त्वघं पापा ये पचन्त्यात्मकारणात्॥

(गीता ३। १३)

'यज्ञसे शेष बचे हुए अन्नको खानेवाले श्रेष्ठ लोग सब पापोंसे छूटते हैं और जो पापी लोग अपने शरीरपोषणके लिये पकाते हैं, वे तो पापको ही खाते हैं।'

बने हुए पदार्थोंमेंसे अच्छे-अच्छे पदार्थ अपने या अपने घरवालोंके लिये बचा लिये जायँ तो वे यज्ञसे बचे हुए नहीं वरं बचाये हुए हैं; इसलिये वे विषके समान हैं। बचाया हुआ भोजन करनेवाले पापके भागी होते हैं। अतएव अपने या अपने पति, पुत्रादिके लिये भी श्रेष्ठ पदार्थ अलग बचाकर नहीं रखने चाहिये। रसोईमें बने पाँच पदार्थोंमेंसे लोगोंके भोजन करते-करते अपने लिये थोड़े या दो-तीन ही पदार्थ बच जायँ और वे भी स्वरूप तथा स्वाद एवं रसमें उतने अच्छे नहीं हैं, किंतु यज्ञशिष्ट होनेके कारण वे अमृतके तुल्य हैं।

अतिथि देवताके समान होता है। उसको प्रेमयुक्त सेवा और भोजनादिसे सदा संतुष्ट करना चाहिये। अतिथि-सेवा गृहस्थका एक मुख्य धर्म माना गया है। किये गये खर्च और मेहनत बराबर होनेपर भी प्रेमपूर्वक की गयी सेवा बड़ी लाभदायक होती है और बिना प्रेम की हुई सेवा परिश्रममात्र है।

मनु आदि स्मृतिकारोंने स्त्रियोंके लिये विवाहकी विधिको

ही वैदिक संस्कार, पति ही गुरु होनेके कारण पतिगृहमें निवास ही गुरुकुलवास और गृह-कार्यको ही अग्निहोत्र बताया है—

वैवाहिको विधिः स्त्रीणां संस्कारो वैदिकः स्मृतः।
पतिसेवा गुरौ वासो गृहार्थोऽग्निपरिक्रिया॥

(मनु० २। ६७)

शास्त्रमें बताये अनुसार कार्य करनेसे ही स्त्री कल्याणको प्राप्त होती है। अतएव ऊपर लिखे शास्त्रोक्त कार्य करनेके लिये स्त्रियोंको सदा तत्पर रहना चाहिये।

साध्वी स्त्रियोंको इस बातपर भी विशेष ध्यान देना चाहिये कि घरमें किसी प्रकार कलह, लड़ाई-झगड़ा न होने पावे; क्योंकि कलह साक्षात् कलियुगकी मूर्ति है। जहाँ कलह होता है, वहाँ क्रोध और क्लेशकी वृद्धि होकर अनर्थ हो जाता है। कोई-कोई तो उत्तेजित होकर कुएँमें गिरकर, फाँसी लगाकर या जहर-विष खाकर कालका ग्रास बन जाती हैं। काल, क्लेश, कल्पना, कलि—इन सबकी उत्पत्ति कलहसे होती है, इसलिये सुख चाहनेवाली स्त्रियोंको चाहिये कि इसको अपने घरमें प्रवेश ही नहीं होने दें। कलह धन, धर्म, गुण, शरीर और कुलको नाश करनेवाला अग्नि है। यह इस लोक और परलोकको कलंक लगानेवाला है। इसलिये इसका सूत्रपात होते ही प्रेमभरे विनययुक्त हितकारक सरल ठंडे वचनरूपी जलसे सींचकर इस कलह-अग्निको तुरंत बुझानेकी चेष्टा करनी चाहिये। इस प्रकारका व्यवहार करनेवाली स्त्री मनुष्योंके द्वारा ही नहीं, देवताओंद्वारा भी पूजनीया बन जाती है। उसे मनुष्य न समझकर देवी समझनी चाहिये।

स्त्रियोंको जहाँतक हो सके घरका सारा काम स्वयं करनेकी चेष्टा करनी चाहिये। घरके कामके लिये जहाँतक हो बाहरके किसी स्त्री-पुरुषकी आवश्यकता न पड़े, ऐसी चेष्टामें सदा रहना चाहिये। जिन घरोंमें रसोइया आदिसे रसोई और नौकर आदिसे गृह-कार्य कराये जाते हैं, उन घरोंकी स्त्रियाँ प्राय: कर्महीनता और निर्लज्जताको प्राप्त हो जाती हैं। उनमेंसे कोई-कोई तो अपने धर्मको भी खो बैठती हैं और अपने पीहर-ससुरालको कलंकित बनाकर लोक-परलोक भ्रष्ट कर लेती हैं।

स्त्रियोंको उचित है कि प्रसन्नचित्त होकर घरके कामोंमें कुशलता और घरकी सामग्रियोंकी भलीभाँति सँभाल, कम खर्च करना, धन और आय-व्ययका हिसाब रखना, अतिथि-सेवा, संतानकी उत्पत्ति और पालन, धर्मकार्य और सेवामें रति, सीना-पिरोना, चर्खा कातना, चक्की पीसना, झाड़ू देना, चौका-बर्तन आदि सभी काम स्वयं कर्तव्य समझ करके प्रेमपूर्वक निष्कामभावसे करें। इससे वे इस लोकमें यश पाती हैं और परलोकमें उत्तम गतिको प्राप्त करती हैं।

तम्बाकू, भाँग, मदिरादि मादक वस्तुओंका सेवन, दुर्जनोंका संसर्ग, पतिसे अलग रहना, इधर-उधर स्वतन्त्रतासे घूमना, दूसरोंके घरमें रहना, असमयमें सोना—ये छ: बातें स्त्रियोंके लिये मनुजीने भारी दोष बताये हैं। अत: सभी स्त्रियोंको सावधानीपूर्वक इनसे बचकर रहना चाहिये।

पानं दुर्जनसंसर्ग: पत्या च विरहोऽटनम्।
स्वप्नोऽन्यगेहवासश्च नारीसंदूषणानि षट्॥

(मनु० ९। १३)

स्त्रियोंको थियेटर-सिनेमा, विवाह, सभा-समुदाय, होली आदिमें पुरुषसमाजके सामने या स्त्रियोंके समुदायमें भी गाना-बजाना, नाचना, बुरे गीत आदि कार्य नहीं करने चाहिये; क्योंकि ऐसे कार्यसे उनमें कामोद्दीपन होकर उनके नष्ट-भ्रष्ट होनेकी सम्भावना है। देवर, भानजे, जँवाई, ननदोई, बहनोई आदिके साथ एकान्तमें या समुदायमें हँसी-मसखरी, अश्लील बात करना महापाप है। स्त्रियोंको अपने पतिके अतिरिक्त दूसरे पुरुषका दर्शन, स्पर्श, भाषण, चिन्तन और उनके साथ एकान्तवासादि भी नहीं करना चाहिये। विशेष आवश्यकता हो तो नीची नजर रखकर उनको पिता और भाईके समान समझकर किसी अच्छी स्त्री, बालक आदिको साथमें रखकर पवित्र बातें करनेमें दोष नहीं है। किंतु अकेले पुरुषके साथ एकान्तमें कभी वार्तालाप या वास नहीं करना चाहिये, चाहे पिता, भाई, पुत्र ही क्यों न हो, क्योंकि इन्द्रियोंका समुदाय बलवान् है, वह बुद्धिमानोंको भी मोहित कर देता है। अतः सदा सावधान रहना चाहिये।

समता

समता ही अमृत है और विषमता ही विष है। इसलिये सबके साथ समताका ही व्यवहार करना चाहिये। जो चीज तुम अपने लिये उत्तम समझती हो, उसको सबके लिये उत्तम समझकर जिसको देना उचित समझो, उसको भेद-भाव न रखकर समभावसे दो। जो चीज तुम अपने लिये खराब समझती हो, उसको सबके लिये खराब समझकर किसीको भी कभी मत दो। घरमें बने या बाहरसे आये हुए भोजनादि पदार्थ भेद-भावको छोड़कर सबको समभावसे प्रदान करो यानी जो भोजनादिकी सामग्री

तुम अपने पतिको प्रदान करती हो, वही आये हुए अतिथि और नौकरादिको भी दो।

चोरी, जारी, झूठ, कपट आदि बुरे कर्मोंका कतई त्याग करके दान, तप, तीर्थ, व्रत, सेवा और गृहकार्य आदि उत्तम कर्मोंको फल और आसक्तिको त्यागकर निष्कामभावसे अभिमानरहित होकर एवं कर्तव्य समझकर करो। गृहकार्यके बनने-बिगड़नेमें हर्ष-शोक मत करो। संयोगसे अनुकूल और प्रतिकूल पदार्थ एवं सुख-दु:खादिके प्राप्त होनेपर उनमें भी राग-द्वेष मत करो। उनको ईश्वरका भेजा हुआ पुरस्कार समझकर प्रसन्नचित्तसे स्वीकार करो। इस प्रकार करनेसे समत्वभावकी प्राप्ति होती है और समता ही अमृत है। निन्दा-स्तुति और मान-अपमान तथा वैरी और मित्रोंमें भी समबुद्धि रखो। इस प्रकार करनेसे सारे पाप, क्लेश और दु:खोंसे छूटकर परम शान्ति और आनन्दकी प्राप्ति होती है। मुक्त पुरुषके लक्षणोंको बतलाते हुए भगवान्‌ने कहा है—

समदु:खसुख: स्वस्थ: समलोष्टाश्मकाञ्चन:।
तुल्यप्रियाप्रियो धीरस्तुल्यनिन्दात्मसंस्तुति:॥
मानापमानयोस्तुल्यस्तुल्यो मित्रारिपक्षयो:।
सर्वारम्भपरित्यागी गुणातीत: स उच्यते॥

(गीता १४। २४-२५)

'जो निरन्तर आत्मभावमें स्थित हुआ, दु:ख-सुखको समान समझनेवाला है तथा मिट्टी, पत्थर और सुवर्णमें समान भाववाला और धैर्यवान् है तथा जो प्रिय और अप्रियको बराबर समझता है और अपनी निन्दा-स्तुतिमें भी समान भाववाला है तथा जो मान और अपमानमें सम है एवं मित्र और वैरीके पक्षमें

भी सम है, वह सम्पूर्ण आरम्भोंमें कर्तापनके अभिमानसे रहित हुआ पुरुष गुणातीत कहा जाता है।'

उपासना

ऊपर निष्कामभावसे कर्म करनेके द्वारा कल्याणके प्राप्त होनेकी कुछ बातें कहीं। अब ईश्वरकी उपासनाके विषयमें संक्षेपमें लिखा जाता है। ईश्वरकी भक्तिमें सभीका अधिकार है। भगवान्‌ने गीतामें कहा है—

मां हि पार्थ व्यपाश्रित्य येऽपि स्युः पापयोनयः।
स्त्रियो वैश्यास्तथा शूद्रास्तेऽपि यान्ति परां गतिम्॥

(९। ३२)

'क्योंकि हे अर्जुन! स्त्री, वैश्य और शूद्रादिक तथा पापयोनिवाले भी जो कोई होवें वे भी मेरे शरण होकर तो परमगतिको ही प्राप्त होते हैं।'

अतएव सभी स्त्रियोंको निष्कामभावसे ईश्वरकी अनन्य भक्ति करनी चाहिये। ईश्वरकी शरण एवं अनन्य भक्तिसे उसका दर्शन, उसके तत्त्वका ज्ञान और उसकी प्राप्ति हो सकती है (गीता ११। ५४)। अनन्य भक्ति यह है—

मत्कर्मकृन्मत्परमो मद्भक्तः सङ्गवर्जितः।
निर्वैरः सर्वभूतेषु यः स मामेति पाण्डव॥

(गीता ११। ५५)

'हे अर्जुन! जो पुरुष केवल मेरे ही लिये (सब कुछ मेरा समझता हुआ) यज्ञ, दान और तप आदि सम्पूर्ण कर्तव्यकर्मोंको करनेवाला है और मेरे परायण है अर्थात् मुझको परम आश्रय और परम गति मानकर मेरी प्राप्तिके लिये तत्पर है तथा मेरा भक्त है अर्थात् मेरे नाम, गुण, प्रभाव और रहस्यके श्रवण, कीर्तन, मनन, ध्यान और पठन-पाठनका प्रेमसहित

निष्कामभावसे निरन्तर अभ्यास करनेवाला है तथा आसक्तिरहित है अर्थात् स्त्री, पुत्र और धनादि सम्पूर्ण सांसारिक पदार्थोंमें स्नेहरहित है और सम्पूर्ण भूतप्राणियोंमें वैरभावसे रहित है, ऐसा वह अनन्य भक्तिवाला पुरुष मुझको ही प्राप्त होता है।'

ईश्वरकी अनन्य भक्ति—अव्यभिचारिणी भक्ति, अनन्य शरण वस्तुतः एक ही बात है। भगवान्‌ने अर्जुनके प्रति शरणके लक्षण बतलाते हुए कहा है—

मन्मना भव मद्भक्तो मद्याजी मां नमस्कुरु।
मामेवैष्यसि युक्त्वैवमात्मानं मत्परायणः॥

(गीता ९। ३४)

'केवल मुझ सच्चिदानन्दघन वासुदेव परमात्मामें ही अनन्य प्रेमसे नित्य-निरन्तर अचल मनवाला हो और मुझ परमेश्वरको ही श्रद्धा-प्रेमसहित निष्कामभावसे नाम, गुण और प्रभावके श्रवण, कीर्तन, मनन और पठन-पाठनद्वारा निरन्तर भजनेवाला हो तथा मेरे स्वरूपका मन, वाणी और शरीरके द्वारा सर्वस्व अर्पण करके अतिशय श्रद्धा, भक्ति और प्रेमसे विह्वलतापूर्वक पूजन करनेवाला हो तथा मुझ सर्वशक्तिमान्, विभूति, बल, ऐश्वर्य, माधुर्य, गम्भीरता, उदारता, वात्सल्य और सुहृदता आदि गुणोंसे सम्पन्न सबके आश्रयरूप वासुदेवको विनयभावपूर्वक भक्तिसहित साष्टांग दण्डवत्-प्रणाम कर, इस प्रकार मेरे शरण हुआ तू आत्माको मेरेमें एकीभाव करके मुझको ही प्राप्त होगा।'

अतएव स्त्रियोंको प्रातःकाल उठकर ईश्वर-स्मरण करके शौच-स्नान आदि क्रियाओंसे निपटकर पीहरमें माता-पिता आदिकी, ससुरालमें सास-ससुर, पति आदि बड़ोंकी पूजा, उनको नमस्कार

और उनका सेवा-कार्य करना चाहिये। तदनन्तर ईश्वरकी भक्ति करनी चाहिये। एकान्तस्थानमें आसनपर बैठकर पवित्र होकर करुणा और प्रेमभावपूर्वक प्रफुल्लित मनसे भगवान्‌की स्तुति करके फिर उस सर्वव्यापी सर्वशक्तिमान् विज्ञानानन्दघन निराकार परमात्माका ध्यान करना चाहिये। यदि साकार भगवान्‌में प्रेम हो तो करुणाभावसे उनका आह्वान करके प्रभाव और गुणोंके सहित उनके स्वरूपका ध्यान करना चाहिये। निराकारसहित साकारका ध्यान किया जाय तो और भी उत्तम है। परंतु निराकार तत्त्वको न समझे तो केवल साकारका ही ध्यान किया जा सकता है। फिर ध्यानावस्थामें भगवान्‌को आये हुए समझकर प्रेममें मुग्ध हो जाना चाहिये। बादमें सावधान होनेपर भगवान्‌की मानसिक यानी मनसे सारी सामग्रियोंको रचकर पूजा करनी चाहिये।* मनसे ही भगवान्‌के भोग लगाकर उनकी आरती करनी चाहिये। फिर मन-ही-मन भगवान्‌की स्तुति गाकर भगवान्‌में अनन्य प्रेम होनेके लिये और उनके साक्षात् दर्शनके लिये उनसे प्रार्थना करनी चाहिये। उसके बाद गुण और प्रभावसहित भगवान्‌के स्वरूपका चिन्तन करते हुए भगवान्‌के आज्ञानुसार ही गृहकार्य करनेकी आदत डालनी चाहिये; क्योंकि पीसते, पोतते, चौका-बर्तन करते अर्थात् प्रत्येक काम करते समय उनके नामका जप और स्वरूपका चिन्तन निरन्तर करनेकी चेष्टा करनी ईश्वर-भक्ति है।

---

* गीताप्रेससे प्रकाशित 'श्रीप्रेमभक्तिप्रकाश' नामक पुस्तकमें मानसिक पूजाकी विधि लिखी है।

श्रीमद्भागवतमें प्रह्लादने अपने पिताके प्रति इस भक्ति—नवधा भक्तिके लक्षण बतलाते हुए नौ भेद कहे हैं—

श्रवणं कीर्तनं विष्णोः स्मरणं पादसेवनम्।
अर्चनं वन्दनं दास्यं सख्यमात्मनिवेदनम्॥

(७।५।२३)

भगवान्‌के नाम, रूप, गुण और लीलाओंको प्रभाव-सहित प्रेमपूर्वक राजा परीक्षित्‌के अनुसार सुननेका नाम श्रवणभक्ति, शुकदेव-नारदादिकी भाँति वाणीसे उच्चारण करने या दूसरोंके प्रति कहनेका नाम कीर्तनभक्ति और ध्रुव-प्रह्लादादिकी तरह मनसे चिन्तन करनेका नाम स्मरणभक्ति है।

उस प्रभुके चरणोंकी भरत और लक्ष्मणके अनुसार सेवा करनेका नाम पादसेवनभक्ति है और उसके स्वरूपकी मानसिक या पार्थिव धातु आदिकी मूर्तिकी गुण और प्रभावसहित राजा पृथु और अम्बरीषके माफिक पूजा करना अर्चनभक्ति है।

अक्रूर एवं भीष्मादिकी भाँति नमस्कार और प्रणाम करना वन्दनभक्ति है।

लक्ष्मण और हनुमान् आदिकी भाँति दासभावसे आज्ञाका पालन करना दास्यभक्ति है।

अर्जुन और उद्धवकी तरह सखाभावसे उसके अनुकूल चलना सख्यभक्ति है।

राजा बलिकी भाँति सर्वस्व अर्पण कर देना आत्मनिवेदन-भक्ति है।

इन ऊपर बतलायी हुई नौ प्रकारकी भक्तियोंमेंसे एकको भी अच्छी प्रकार धारण करनेसे प्रायः सभी भक्तियाँ अपने-

आप आ जाती हैं, इसलिये इनमेंसे एकका भी भली प्रकार पालन करनेसे परमात्माकी प्राप्ति सहजमें ही हो सकती है। यह भक्तिका विषय स्थान-संकोचके कारण सगुण-साकारके विषयमें ही बहुत संक्षेपसे बतलाया गया है। सभी स्त्रियोंको अपना जो इष्ट हो उस देवी या देवको परमेश्वर समझकर उपर्युक्त भक्ति निष्काम प्रेमभावसे सभी अंगोंसहित करनेकी चेष्टा करनी चाहिये। इस प्रकार करनेसे अपने इष्टदेवका साक्षात्कार होकर परम शान्ति और परमानन्दकी प्राप्ति होती है।

कुरीतियाँ

स्त्रियोंमें स्वाभाविक ही बहुत-सी कुरीतियाँ हैं, उनका त्याग कर देना चाहिये। जैसे किसी स्त्रीके संतान नहीं होती है तो वह संतानके लिये ठगोंके पंजेमें पड़कर निषिद्ध चीजोंका भक्षण एवं जादू-टोना आदि अनेक निकृष्ट क्रियाओंका सम्पादन कर लिया करती है। किसीका बालक बीमार होता है तो वह मूर्ख स्त्रियोंके बहकानेसे मूर्खताके वश हो भंगीसे झाड़ा दिलाना तथा किसी नीच यवनादि विधर्मी पुरुषसे थुथकारा डलवाना यानी थुकाना और निषिद्ध चीजोंका खिलाना-पिलाना आदि अनेक लोक-परलोकको नाश करनेवाली क्रियाएँ कर लिया करती हैं; किंतु इससे न तो लड़का ही पैदा होता है और न इससे लड़केकी बीमारी ही मिटती है तथा लड़कोंकी रक्षाके लिये देवी-देवता, जातझडूला भी बोलती करती हैं; किंतु यह विचारनेका विषय है, सिरके बाल देवताओंको चढ़ाना न तो धर्म है और न इससे कोई देवी-देवता ही खुश होते हैं। यह केवल स्त्रियोंकी मूर्खता है। आप बतलाइये, यदि कोई मनुष्य

कहे कि आप हमारा उपकार करें तो हम उसके बदलेमें आपके घरपर जाकर बाल बनवायेंगे तो क्या आप हड्डीके समान अपवित्र बालोंको अपने घरपर बिखेरने या डालनेसे खुश हो सकते हैं? यदि नहीं तो फिर देवता भी इससे कैसे खुश होंगे? झडूला आदि षोडश संस्कारोंमें चूडाकर्म नामक एक संस्कार है, इसकी शास्त्रोंमें जो विधि लिखी है, उसके अनुसार ही इसका सम्पादन करना चाहिये। इसी प्रकार कर्णवेध-संस्कार जो आजकल मनःकल्पित रीतिसे 'प्रयोजन' के नामपर प्रचलित है, वह भी शास्त्रविधिके अनुसार होना चाहिये। और भी संस्कार यथाशक्ति शास्त्रोक्त रीतिके अनुसार करनेकी चेष्टा करनी चाहिये। शास्त्रोक्त सारे देवी-देवताओंकी पूजा शास्त्रानुकूल निष्कामभावसे भगवत्प्रीत्यर्थ की जाय तो सबसे उत्तम समझी जा सकती है।

बड़े शोककी बात है कि बहुत-से शास्त्रोक्त कर्म भोलीभाली स्त्रियोंने नष्ट करके अनेक कुरीतियाँ चला दी हैं, बहुत-सी नयी कल्पित बातें भी खड़ी कर दी हैं, जैसे विवाहमें टूँटियाँ करना, चाक पूजना, जूआ खेलना, गंदे गीत गाना इत्यादि। इनका सुधार करना चाहिये।

अपने घरवाला कोई किसी मृतकके साथ श्मशान जाकर आता है तो कुछ भोली स्त्रियाँ उसको एक दिनके लिये अपने घरमें नहीं आने देतीं। यदि आने देती हैं तो दूध या मिठाई खानेको नहीं देतीं। उनको यह बहम होता है कि ऐसा करनेसे इसके प्रेत लग जायगा। इस प्रकारका मूर्खतापूर्ण व्यवहार तो अपने घरवालोंके साथ करती हैं। यदि कोई दूसरे घरका आदमी मृतकपर मुण्डन करवाकर

कार्यवश घरमें जाना चाहता है और घरमें कोई बालक उत्पन्न हुआ होता है या कोई बीमार होता है तो उसका घरमें आना हानिकर समझती हैं। इस तरह बात-बातमें अनेक प्रकारके बहमोंका भूत घुस गया है। इसे हम कहाँतक लिखकर निवेदन करें। अतएव माता और बहनोंको इन कुरीतियोंको हटानेके लिये जी-तोड़ परिश्रम करना चाहिये।

बहुत-सी स्त्रियाँ तो अपने बालकोंको यज्ञोपवीत भी नहीं दिलातीं। वे कह दिया करती हैं कि इसके चाचेने जनेऊ ली थी, वह दो वर्ष बाद मर गया। भला बताइये, 'क्या यह जनेऊका फल हो सकता है?' जनेऊ लेनेसे तो अच्छी शिक्षा ही मिलती है, जिसके पालनसे मनुष्य पवित्र और दीर्घजीवी हो सकता है। यज्ञोपवीत एक उत्तम संस्कार है। इसलिये त्रैवर्णिकोंको अपने बालकोंको यज्ञोपवीत अवश्य दिलाना चाहिये।

पर्दा

स्त्रियोंके लिये पर्दा रखना एक लज्जाका अंग है। बहुत-से भाईलोग इसको स्वास्थ्य, सभ्यता और उन्नतिमें बाधक समझकर हटानेकी जी-तोड़ कोशिश करते हैं; यह समझना उनकी दृष्टिमें ही ठीक हो सकता है; किंतु वास्तवमें पर्देकी प्रथा अच्छी है और पूर्वकालसे चली आती है। राजपूताना आदि देशोंमें जहाँ पर्देकी प्रथा है, वहाँकी स्त्रियोंके स्वास्थ्यको देखते हुए कौन कह सकता है कि पर्देसे स्वास्थ्य बिगड़ता है। स्वास्थ्य बिगड़नेमें स्त्रियोंकी अकर्मण्यता प्रधान है, न कि पर्दा। स्त्रियोंकी सभ्यता तो लज्जामें है, न कि पर्दा उठाकर पुरुषोंके साथ घूमने-फिरने, मोटर आदिमें

बैठने या थियेटर–सिनेमा आदिमें जानेमें। जो स्त्रियाँ सदासे पर्दा रखती आयी हैं, उनमें उसके त्यागसे निर्लज्जताकी वृद्धि होकर, व्यभिचार आदि दोष आकर उनके नष्ट–भ्रष्ट होनेकी सम्भावना है जो महान् अवनति या पतन है।

कन्याओंके कर्तव्य

कन्याओंको प्रातःकाल उठकर ईश्वरस्मरण, शौच, स्नान करनेके बाद माता, भाई, भौजाई आदि घरके पूज्य लोगोंको नमस्कार, प्रणाम आदि करना एवं उनसे उत्तम विद्या पढ़नी और उत्तम शिक्षा ग्रहण करनी चाहिये और उनकी आज्ञाका पालन तथा उनकी सेवा, सीना–पिरोना–कातना आदि गृहकार्य और शिल्पकार्य सीखना तथा गृहशुश्रूषा करनी चाहिये। ससुरालमें जाकर सबके साथ कैसे सद्बर्ताव करना, सेवा करना और शुश्रूषा करना—इन सारी बातोंकी शिक्षा अपने घरवालोंके उपदेश और चरित्रोंद्वारा ग्रहण करनी चाहिये। बुरे लड़की–लड़कोंका संग न करना एवं किसीके साथ मारपीट, लड़ाई–झगड़ा, गाली–गुप्ता एवं दुर्व्यवहार न करना और लड़कोंके साथ खेलना–कूदना भी नहीं चाहिये। उत्तम आचरण और सुशील स्वभाववाली स्त्रियों और लड़कियोंका साथ करना चाहिये। व्यर्थ बकवाद, दूसरोंकी निन्दा, व्यर्थ चेष्टा, चाय, भाँग आदि नशीली वस्तुओंका सेवन इत्यादि बुरे व्यसनोंकी आदत नहीं डालनी चाहिये। बिस्कुट, बर्फ, सोडावाटर, लेमोनेड, विलायती औषध आदिका सेवन नहीं करना चाहिये। विलायती औषधमें लहसुन, प्याज, मदिरा, मांस, चर्बी, खून और अण्डा आदितकका प्रायः ही मिश्रण रहता है। इससे धर्म, धन और स्वास्थ्यकी भी हानि होती

है। खट्टा, चरपरा, पान, सुपारी आदिकी भी आदत नहीं डालनी चाहिये। बालकपनसे ही हाथके बुने देशी कपड़े पहननेकी एवं काँच आदिकी पवित्र चूड़ियाँ पहननेकी आदत डालनी चाहिये। विलायती और मिलके बुने कपड़े और लाख तथा हाथी-दाँतकी बनी चूड़ियोंका कभी व्यवहार नहीं करना चाहिये। लाखकी चूड़ियोंमें बहुत हिंसा होती है और वे अपवित्र भी हैं।

खाने-पीने और खेल-कूद आदिमें मन न लगाकर बुद्धि, ज्ञान और विवेक आदिकी वृद्धिके लिये विद्या एवं धार्मिक पुस्तकें पढ़ने, सुनने और बाँचनेका अभ्यास करना चाहिये। शरीर, कपड़े, घरकी पवित्रताके लिये सफाई रखनेकी चेष्टा करनी चाहिये। मनको पवित्र बनानेके लिये अहिंसा, सत्य और ब्रह्मचर्य आदि उत्तम आचरणोंका पालन करना चाहिये। शरीरमें बल बढ़ानेके लिये बरतन आदिका मलना, घरको झाड़ना-बुहारना, आटा पीसाना, चावल कूटना, जल भरना, बड़ोंकी सेवा-शुश्रूषा आदि परिश्रमके काम करने चाहिये। कन्याओंके लिये यही उत्तम व्यायाम है, इनसे शरीरमें बलकी वृद्धि एवं मनकी पवित्रता भी होती है। शारीरिक और मानसिक कष्ट सहने आदिकी आदत डालनी चाहिये। पूर्वमें बताये हुए पुरुषोंके और स्त्री-जातिके सामान्य धर्मोंको सीखनेकी भी कोशिश करनी चाहिये। बड़ों और दूसरोंके कहे हुए कठोर वचनोंको भी शिक्षा मानकर प्रसन्नतासे सुनना और उनमें शिक्षा हो तो ग्रहण करनी चाहिये। दूसरोंके कहे हुए कड़वे और अप्रिय वचनोंमें भी हित खोजना चाहिये। देवी और देवताओंका पूजन, साधु-महात्मा, ज्ञानी और ब्राह्मणोंका

सदैव सत्कार करना चाहिये। ऊपर बताये हुए सारे काम ईश्वरको याद रखते हुए ही करनेका स्वभाव बनाना चाहिये।

अपने भाई-बहिन आदिके साथ प्रेमपूर्वक रहने एवं उनका प्यार करने और लालन-पालन करनेकी सभी बातें सीखनी और करनी चाहिये, जिससे आगे चलकर अपनी संतानका भी पालन कर सकें।

कन्याको उचित है कि पिता या पिताकी सलाहसे भ्राता एवं पिताका देहान्त होनेके उपरान्त केवल भ्राता जिस पुरुषके साथ विवाह कर दें उसकी आजीवन सेवा—आज्ञाका पालन करे और पतिका देहान्त होनेके बाद भी उसके बताये हुए व्रतका कभी उल्लंघन न करे; क्योंकि मनु आदि महर्षियोंने कन्याके धर्म बतलाये हैं—

यस्मै दद्यात् पिता त्वेनां भ्राता वानुमते पितुः।
तं शुश्रूषेत जीवन्तं संस्थितं च न लङ्घयेत्॥

(मनु० ५। १५१)

'कन्याको उसका पिता अथवा पिताकी अनुमतिसे भाई जिस पुरुषके लिये दे दें उसके जीवनपर्यन्त उसकी भलीभाँति सेवा करनी चाहिये और मरनेके बाद भी उसके प्रतिकूल आचरण नहीं करना चाहिये।'

विवाहिता स्त्रियोंके कर्तव्य

विवाहिता स्त्रीके लिये पातिव्रतधर्मके समान कुछ भी नहीं है, इसलिये मनसा, वाचा, कर्मणा पतिके सेवापरायण होना चाहिये। स्त्रीके लिये पतिपरायणता ही मुख्य धर्म है।

इसके सिवा सब धर्म गौण हैं। महर्षि मनुने साफ लिखा है कि स्त्रियोंको पतिकी आज्ञा बिना यज्ञ, व्रत, उपवास आदि कुछ भी न करने चाहिये। स्त्री केवल पतिकी सेवा-शुश्रूषासे उत्तम गति पाती है एवं स्वर्गलोकमें देवतालोग भी उसकी महिमा गाते हैं।*

जो स्त्री पतिकी आज्ञा बिना व्रत, उपवास आदि करती है, वह अपने पतिकी आयुको हरती है और स्वयं नरकमें जाती हैं।†

इसलिये पतिकी आज्ञा बिना यज्ञ, दान, तीर्थ, व्रत आदि भी नहीं करने चाहिये, दूसरे लौकिक कर्मोंकी तो बात ही क्या है। स्त्रीके लिये पति ही तीर्थ है, पति ही व्रत है, पति ही देवता एवं परम पूजनीय गुरु भी पति ही है। ऐसा होते हुए भी जो स्त्रियाँ दूसरेको गुरु बनाती हैं, वे घोर नरकको प्राप्त होती हैं। जो लोग परस्त्रियोंके गुरु बनते हैं यानी परस्त्रियोंको अपनी चेली बनाते हैं, वे ठग हैं। वे इस पापके कारण घोर दुर्गतिको प्राप्त होते हैं। आजकल बहुत-से लोग साधु, महन्त और

---

* नास्ति स्त्रीणां पृथग्यज्ञो न व्रतं नाप्युपोषणम्।
पतिं शुश्रूषते येन तेन स्वर्गे महीयते॥
(मनु० ५।१५५)

स्त्रियोंको पतिसे अलग यज्ञ, व्रत और उपवासका अधिकार नहीं है; क्योंकि वह जो पतिकी सेवा करती है उसीसे स्वर्गमें आदर पाती है।

† पत्यौ जीवति या तु स्त्री उपवासं व्रतं चरेत्।
आयुष्यं हरते भर्तुर्नरकं चैव गच्छति॥

जो स्त्री पतिके जीवित रहते उपवास-व्रतका आचरण करती है, वह पतिकी आयु क्षीण करती है और अन्तमें नरकमें पड़ती है।

भक्तोंके वेषमें बिना गुरुके मुक्ति नहीं होती, ऐसा भ्रम फैलाकर भोली-भाली स्त्रियोंको मुक्तिका झूठा प्रलोभन देकर उनके धन और सतीत्वका हरण करते हैं और घोर नरकके भागी बनते हैं, उन चेली बनानेवाले गुरुओंसे माताओं और बहिनोंको खूब सावधान रहना चाहिये। ऐसे पुरुषोंका मुख देखना भी धर्म नहीं है। मनु आदि शास्त्रकारोंने स्त्रियोंकी मुक्ति तो केवल पातिव्रतसे ही बतलायी है। गोस्वामी तुलसीदासजी भी कहते हैं—

एकइ धर्म एक ब्रत नेमा। कायँ बचन मन पति पद प्रेमा॥
मन बच कर्म पतिहि सेवकाई। तियहि न यहि सम आन उपाई॥
बिनु श्रम नारि परम गति लहई। पतिब्रत धर्म छाड़ि छल गहई॥

'वही स्त्री पतिव्रता है, जो अपने मनसे पतिका हित-चिन्तन करती है, वाणीसे सत्य, प्रिय और हितके वचन बोलती है, शरीरसे उसकी सेवा एवं आज्ञा-पालन करती है। जो पतिव्रता होती है वह अपने पतिकी इच्छाके विरुद्ध कुछ भी आचरण नहीं करती। वह स्त्री पतिसहित उत्तम गतिको प्राप्त होती है और उसीको लोग साध्वी कहते हैं।*

---

* पतिं या नाभिचरति मनोवाग्देहसंयता।
सा भर्तृलोकमाप्नोति सद्भिः साध्वीति चोच्यते॥

(मनु० ५। १६५)

जो स्त्री मन, वाणी और शरीरको वशमें रखती हुई पतिके [अनुकूल आचरण करती है] प्रतिकूल आचरण कभी नहीं करती, वह [मृत्युके पश्चात्] पतिलोकको प्राप्त होती है और सज्जन पुरुष उसे साध्वी (पतिव्रता) कहते हैं।

स्त्रियोंके लिये इस लोक और परलोकमें पति ही नित्य सुख देनेवाला है।*

इसलिये स्त्रियोंको किंचिन्मात्र भी पतिके प्रतिकूल आचरण नहीं करना चाहिये। जो नारी ऐसा करती है यानी पतिकी इच्छा और आज्ञाके विरुद्ध चलती है, उसको इस लोकमें निन्दा और मरनेपर नीच गतिकी प्राप्ति होती है।

पति प्रतिकूल जनम जहँ जाई। बिधवा होइ पाइ तरुनाई॥

इस प्रकार पतिकी इच्छाके विरुद्ध चलनेवालीकी ही यह गति लिखी है। फिर जो नारी दूसरे पुरुषोंके साथ रमण करती है, उसकी घोर दुर्गति होती है, इसमें तो बात ही क्या है।

पति बंचक परपति रति करई। रौरव नरक कल्प सत परई॥

अतः स्त्रियोंको जाग्रत्‌की तो बात ही क्या, स्वप्नमें भी परपुरुषका चिन्तन नहीं करना चाहिये। वही उत्तम पतिव्रता है, जिसके दिलमें ऐसा भाव है—

उत्तम के अस बस मन माहीं। सपनेहुँ आन पुरुष जग नाहीं॥

पति यदि कामी हो, शील एवं गुणोंसे रहित हो तो भी साध्वी यानी पतिव्रताको ईश्वरके समान मानकर उसकी सदा सेवा-शुश्रूषा करनी चाहिये।

---

* अनृतावृतुकाले च मन्त्रसंस्कारकृत्पतिः।
सुखस्य नित्यं दातेह परलोके च योषितः॥

(मनु० ५। १५३)

मन्त्रोंद्वारा संस्कार करनेवाला पति स्त्रीको ऋतुकालमें या अन्य समय एवं इस लोक और परलोकमें सदा ही सुख देता है।

विशील: कामवृत्तो वा गुणैर्वा परिवर्जितः।
उपचर्यः स्त्रिया साध्व्या सततं देववत् पतिः॥

(मनु० ५। १५४)

अपमान तो अपने पतिका कभी नहीं करना चाहिये; क्योंकि जो नारी अपने पतिका अपमान करती है, वह परलोकमें जाकर महान् दु:खोंको भोगती है।

बृद्ध रोगबस जड़ धनहीना। अंध बधिर क्रोधी अति दीना॥
ऐसेहुँ पति कर किए अपमाना। नारि पाव जमपुर दुख नाना॥

साध्वी स्त्रियोंको पुरुषों और स्त्रियोंके जो सामान्य धर्म बतलाये हैं, उनका भी पालन करना चाहिये। पातिव्रतधर्मके रहस्यको जाननेवाली स्त्रियोंको अपने पतिसे बड़ों—सास, ससुरादिकी पतिके समान ही सेवा-पूजा और आज्ञापालन करने चाहिये, क्योंकि वे पतिके भी पति हैं। पातिव्रतधर्मके आदर्शस्वरूप सीता-सावित्री आदिने ऐसा ही किया है। जब सावित्री अपने पतिके साथ वनमें गयी, तब पतिकी आज्ञा होनेपर भी सास-ससुरकी आज्ञा लेकर ही गयी थी। श्रीसीताजी भी श्रीरामचन्द्रजीके साथ माता कौसल्यासे आज्ञा, शिक्षा और आशीर्वाद लेकर ही गयी थीं।

साध्वी स्त्रियोंको उचित है कि अपने लड़के-लड़कियोंको आचरण एवं वाणीद्वारा उत्तम शिक्षा दें। माता-पिता जो आचरण करते हैं, बालकोंपर उनका विशेष असर पड़ता है। अतः स्त्रियोंको झूठ-कपट आदि दुराचार एवं काम-क्रोध आदि दुर्गुणोंका सर्वथा त्याग करके उत्तम आचरण करने चाहिये। बहुत-सी स्त्रियाँ लड़कियोंको 'राँड' और लड़कोंको

'तू मर जा', 'तेरा सत्यानाश हो जाय' इत्यादि कटु और दुर्वचन बोलती हैं एवं उनको भुलानेके लिये 'मैं तुझे अमुक चीज मँगवा दूँगी' इत्यादि झूठा विश्वास दिलाती हैं और 'बिल्ली आयी', 'हाऊ आया' इत्यादि झूठा भय दिखाती हैं। इनसे बहुत नुकसान होता है, अतएव ऐसी बातोंसे स्त्रियोंको बचना चाहिये। बालकका दिल कोमल होता है, अतः उसमें ये बातें जम जाती हैं और वह झूठ बोलना, धोखा देना आदि सीख जाता है एवं अत्यन्त भीरु और दीन बन जाता है। बालकोंके दिलमें वीरता, धीरता, गम्भीरता उत्पन्न हो ऐसे ओज और तेजसे भरे हुए सच्चे वचनोंद्वारा उनको आदेश देना चाहिये। उनमें बुद्धि और ज्ञानकी उत्पत्तिके लिये सत्-शास्त्रकी शिक्षा देनी चाहिये। बालकोंको गाली आदि नहीं देनी चाहिये, क्योंकि गाली देना उनको गाली सिखाना है। अश्लील, गन्दे, कड़वे अपशब्दोंका प्रयोग भी नहीं करना चाहिये। संगका बहुत असर पड़ता है। पशु-पक्षी भी संगके प्रभावसे सुशिक्षित और कुशिक्षित हो जाते हैं। सुना जाता है कि मण्डन मिश्रके द्वारपर रहनेवाले पक्षी भी शास्त्रके वचन बोला करते थे। देखा भी जाता है कि गाली बकनेवालोंके पास रहनेवाले पक्षी भी गाली बका करते हैं। अतः सदा सत्य, प्रिय, सुन्दर और मधुर हितकर वचन ही बहुत प्रेमसे, धीमे स्वरसे और शान्तिसे बोलने चाहिये। बालकोंके सम्मुख पतिके साथ हँसी-मजाक एवं एक शय्यापर सोना-बैठना कभी नहीं करना चाहिये। जो स्त्रियाँ ऐसा करती हैं, वे अपने बालकोंको व्यभिचारकी शिक्षा देती हैं।

पर-पुरुषका दर्शन, स्पर्श, एकान्तवास एवं उसके चित्रका भी चिन्तन नहीं करना चाहिये। लोभ, मोह, शोक, हिंसा, दम्भ, पाखण्ड आदिसे सदा बचकर रहना चाहिये और उत्तम गुण एवं आचरणोंके लिये गीता, रामायण, भागवत, महाभारत एवं सती-साध्वी स्त्रियोंके चरित्र पढ़नेका अभ्यास रखना चाहिये और उनके अनुसार ही बालकोंको शिक्षा देनी चाहिये।

बच्चोंको खिलाने, पिलाने इत्यादिमें भी अच्छी शिक्षा देनी चाहिये। मदालसाने अपने बालकोंको बाल्यावस्थामें ही ज्ञान और वैराग्यकी शिक्षा देकर उन्हें उच्च श्रेणीके बना दिया था। बच्चे बुरे बालकों एवं बुरे स्त्री-पुरुषोंका संग करके कुशिक्षा ग्रहण न कर लें, इसके लिये माता-पिताको विशेष ध्यान रखना चाहिये। हाथके बुने स्वदेशी वस्त्र स्वयं पहने और बालकोंको भी पहनाने चाहिये। बच्चोंको ऐसी शिक्षा देनी चाहिये जिससे उनका प्रेम शृंगारादिमें न होकर ईश्वर और उत्तम शिक्षा आदिमें हो।

बालकोंको गहने पहनाकर नहीं सजाना चाहिये। इससे स्वास्थ्यकी हानि एवं कहीं-कहीं प्राणोंकी भी जोखम हो जाती है। बल बढ़ानेके लिये व्यायाम और बुद्धिकी वृद्धिके लिये विद्या एवं उत्तम शिक्षा देनी चाहिये। थियेटर-सिनेमा आदि देखनेका व्यसन और बीड़ी, सिगरेट, तम्बाकू, भाँग, गाँजा, सुलफादि मादक वस्तुओंका सेवन करनेकी आदत न पड़ जाय इसके लिये भी माता-पिताको ध्यान रखना चाहिये। लड़की और लड़केके खान-पान, लाड़-प्यार और व्यवहारमें भेद-भाव नहीं रखना चाहिये। प्रायः स्त्रियाँ

खान-पान, लाड़-प्यार और सुख-दुःख, मरण आदिमें भी लड़कोंके साथ जैसा व्यवहार करती हैं, लड़कियोंके साथ वैसा नहीं करतीं। उनका अपमान करती हैं, जो स्त्रियाँ इस प्रकार अपने ही बालकोंमें विषमताका व्यवहार करती हैं, उनसे समताकी आशा कैसे की जा सकती है? इस प्रकारकी विषमतासे इस लोकमें अपकीर्ति और परलोकमें दुर्गति होती है। अतः बालकोंके साथ समताका ही व्यवहार रखना चाहिये।

बहुत-सी स्त्रियाँ भूत, प्रेत, देवता, पीर आदिका किसीमें आवेश समझकर भय करने लग जाती हैं। यह प्रायः फजूल बात है। ऐसी बातपर कभी बहम—विश्वास नहीं करना चाहिये। इस प्रकारकी बातें अधिकांशमें हिस्टीरिया आदिकी बीमारीसे होती हैं। बहुत-सी जगह जान-बूझकर ऐसा चरित्र किया जाता है। कभी-कभी बहम या भयसे भी आवेश-सा आ जाता है। अतः इनपर विश्वास नहीं करना चाहिये। यह सब वाहियात बातें हैं। इसलिये स्त्रियोंको जादू-टोना, आखा दिखाना, झाड़-फूँक, मन्त्र आदि अपने या अपने घरवालोंपर नहीं करवाने चाहिये एवं ऐसा करनेवाली स्त्रियोंका संग भी नहीं करना चाहिये।

वेश्या, व्यभिचारिणी, लड़ाई-झगड़ा करनेवाली, निर्लज्ज और दुष्टा स्त्रियोंका संग कभी नहीं करना चाहिये; परंतु उनमें घृणा और द्वेष भी नहीं करना चाहिये। उनके अवगुणोंसे ही घृणा करनी चाहिये। बड़ोंकी, दुःखियोंकी और घरपर आये हुए अतिथियोंकी एवं अनाथोंकी सेवापर विशेष ध्यान देना चाहिये।

यज्ञ, दान, तप, सेवा, तीर्थ, व्रत, देवपूजन आदि पतिके साथ उसकी आज्ञाके अनुसार उसके संतोषके लिये अनुगामिनी होकर ही करें। स्वतन्त्र होकर नहीं।

पतिका जो इष्ट है वही स्त्रीका भी है, अतः पतिके बताये हुए इष्टदेव परमात्माके नामका जप और रूपका ध्यान करना चाहिये। स्त्रियोंके लिये पति ही गुरु है। यदि पतिको ईश्वरकी भक्ति अच्छी न लगती हो तो पिताके घरसे प्राप्त हुई शिक्षाके अनुसार भी ईश्वरकी भक्ति, बाहरी भजन, सत्संग, कीर्तन आदि न करके गुप्तरूपसे मनमें ही करें। भक्तिका मनसे ही विशेष सम्बन्ध होनेके कारण यह जहाँतक बन सके गुप्तरूपसे ही करनी चाहिये; क्योंकि गुप्तरूपसे की हुई भक्ति विशेष महत्त्वकी होती है।

पति जो कुछ भी कहे उसका अक्षरशः पालन करे; किन्तु जिस आज्ञाके पालनसे पति नरकका भागी हो, उसका पालन नहीं करना चाहिये। जैसे पति काम, क्रोध, लोभ, मोहवश चोरी या किसीके साथ व्यभिचार करने, किसीको विष पिलाने, जानसे मारने, भ्रूणहत्या, गौहत्या आदि घोर पाप करनेके लिये कहे तो वह नहीं करे। ऐसी आज्ञाका पालन न करनेसे अपराध भी समझा जाय तो भी पतिको नरकसे बचानेके लिये उसका पालन नहीं करना चाहिये; जिस कामसे पतिका परम हित हो वह काम स्वार्थ छोड़कर करनेकी सदा चेष्टा रखनी चाहिये।

विधवा स्त्रियोंकी सेवापर विशेष ध्यान देना चाहिये; क्योंकि अपने धर्ममें रहनेवाली विधवा स्त्री देवीके समान

है। उसकी सेवा-शुश्रूषा करने, उसके साथ प्रेम करनेसे स्त्री इस लोकमें सुख और परलोकमें उत्तम गति पाती है। जो स्त्री विधवाको सताती है, वह उसकी हायसे इस लोकमें दु:खिया हो जाती है और मरनेपर नरकमें जाती है।

ऊपर बताये हुए पातिव्रत-धर्मको स्वार्थ छोड़कर पालन करनेवाली साध्वी स्त्री इस लोकमें परम शान्ति एवं परम आनन्दको प्राप्त होती है और मरनेके बाद परम गतिको प्राप्त होती है।

विधवाओंके कर्तव्य

पतिके शान्त होनेके बाद विधवा स्त्रीको उचित है कि जिस प्रकार पतिकी जीवित अवस्थामें उसके मनके अनुकूल आचरण करती थी, उसी प्रकार उसके मरनेपर भी करना चाहिये। धर्मका ऐसा आचरण करनेवाली स्त्री पतिके मरनेपर भी साध्वी कहलाती है और वह उत्तम गतिको प्राप्त होती है। वह पवित्र पुष्प, मूल और फलोंद्वारा अपने शरीरका निर्वाह करती हुई पवित्रताके साथ अपना जीवन बितावे। पर-पुरुषके दर्शन, भाषण, चिन्तनकी बात तो दूर रही, उसका नाम भी उच्चारण न करे।

कामं तु क्षपयेद्देहं पुष्पमूलफलैः शुभैः।
न तु नामापि गृह्णीयात् पत्यौ प्रेते परस्य तु॥
आसीतामरणात्क्षान्ता नियता ब्रह्मचारिणी।
यो धर्म एकपत्नीनां काङ्क्षन्ती तमनुत्तमम्॥

(मनु० ५। १५७-१५८)

पवित्र पुष्प, मूल, फलोंके द्वारा निर्वाह करते हुए अपनी देहको दुर्बल भले ही कर दे, परंतु पतिके मरनेपर दूसरेका नाम भी न ले। पतिव्रता स्त्रियोंके सर्वोत्तम धर्मको चाहनेवाली विधवा स्त्री मरणपर्यन्त क्षमायुक्त नियमपूर्वक ब्रह्मचर्यसे रहे।

इस प्रकार ब्रह्मचर्यका पालन करती हुई विधवा स्त्री साध्वी पतिव्रता स्त्रीके अनुसार पतिके उत्तम लोकोंको प्राप्त होती है। केवल फल-मूलादिसे काम न चले तो साधारण शाक-अन्नद्वारा एक समय भोजन करके जीवन धारण करे। यदि ऐसा करके न रहा जाय तो दोनों समय भी हलका और अल्पाहार कर ले; किंतु मादक और अपवित्र एवं कामोद्दीपक पदार्थोंका कभी सेवन न करे तथा घृत, दूध, चीनी, मसाला आदिका भी जहाँतक हो त्याग करे; क्योंकि ये सभी उत्तेजक हैं। कर्तव्य समझकर निष्कामभावसे पालन किया हुआ धर्म परम गतिको प्राप्त कराता है।

नेहाभिक्रमनाशोऽस्ति प्रत्यवायो न विद्यते।
स्वल्पमप्यस्य धर्मस्य त्रायते महतो भयात्॥

(गीता २। ४०)

इस निष्काम कर्मयोगमें आरम्भका अर्थात् बीजका नाश नहीं है और उलटा फलरूप दोष भी नहीं होता है, इसलिये इस निष्काम कर्मयोगरूप धर्मका थोड़ा भी साधन जन्म-मृत्युरूप महान् भयसे उद्धार कर देता है।

अतः विधवा स्त्रियोंको निष्कामभावसे पतिव्रता स्त्रियोंकी भाँति पतिके मरनेके बादमें भी पतिको जिस कार्यमें संतोष

होता था, वही कार्य करके अपना काल व्यतीत करना चाहिये। वर्तमान समयमें कोई भाई, जिनको शास्त्रका अनुभव नहीं है, विधवा स्त्रियोंको फुसलाकर उनका दूसरा विवाह करवा देते हैं, किंतु शास्त्रोंमें कहीं विधवा-विवाहकी विधि नहीं है। मनुजी कहते हैं—

नोद्वाहिकेषु मन्त्रेषु नियोगः कीर्त्यते क्वचित्।
न विवाहविधावुक्तं विधवावेदनं पुनः॥

(९। ६५)

वैवाहिक मन्त्रोंमें कहीं भी नियोगका विधान नहीं किया गया है और विवाह-संस्कारकी विधिमें कहीं भी विधवाका पुनर्विवाह करना भी नहीं बताया गया है।

क्योंकि पिता तो कन्यादान दे चुका, अतः उसका अब फिर दान देनेका अधिकार नहीं और पति मर चुका, ऐसी अवस्थामें कौन किसको दान दे, इसलिये शास्त्रकारोंने इसका घोर निषेध करते हुए कहा है कि कन्याका दान एक बार ही होता है।

सकृदंशो निपतति सकृत् कन्या प्रदीयते।
सकृदाह ददानीति त्रीण्येतानि सतां सकृत्॥

(मनु० ९। ४७)

पिताके धनका भाग एक ही बार मिलता है, कन्यादान एक ही बार किया जाता है, किसी वस्तुको देनेकी प्रतिज्ञा एक ही बार की जाती है, इस तरह सत्पुरुषोंके ये तीनों कार्य एक बार हुआ करते हैं।

असलमें तो स्त्री-पुरुषोंके लिये आजीवन ब्रह्मचर्य-पालन

करना ही सर्वोत्तम है, परंतु ऐसा होना असम्भव-सा है। इसलिये शास्त्रकारोंने विवाह करनेकी आज्ञा दी है। किंतु साथमें यह भी आज्ञा दी है कि जो एक संतान उत्पन्न होनेके बाद आजीवन ब्रह्मचर्यका पालन करता है, वह भी अत्युत्तम है। इस व्यवस्थाको देखते विधवा-विवाहकी तो बात भी नहीं चलायी जा सकती। अतएव जिस स्त्रीका पति और जिस पतिकी स्त्री शान्त हो जाय उनको तो ब्रह्मचर्यसे ही रहना चाहिये। ब्रह्मचर्यका पालन इस लोक और परलोकमें कल्याण करनेवाला और परम शान्ति एवं आनन्द देनेवाला है। जो लोग विधवाओंको विषयसुखका प्रलोभन दिखाकर उनके मनको खराब करते हैं, वे वास्तवमें उनकी आत्माका पतन करनेवाले हैं, अतएव उन लोगोंकी बातोंपर अपना कल्याण चाहनेवाली स्त्रियोंको कभी ध्यान नहीं देना चाहिये।

जो स्त्री ईश्वरके रहस्यको जानती है, वह पतिकी मृत्युपर भी दु:खित नहीं होती, क्योंकि वह समझती है कि ईश्वर जो कुछ करता है वह भलेके लिये ही करता है। वह पतिकी मृत्यु-सरीखे शोकमें भी ईश्वरकी दयाका दर्शन करती रहती है। भारी पापका फल पतिकी मृत्यु है और पापके फलके उपभोगसे पाप शान्त होता है। ईश्वरने भारी पापसे मुक्त होनेके लिये एवं भविष्यमें पापसे बचनेके लिये तथा नाशवान् क्षणभंगुर भोगोंसे मुक्ति पानेके लिये और अपनेमें अनन्य भक्ति करनेके लिये एवं हमारे हितके लिये ही हमें यह दण्ड देकर हमपर अनुग्रह किया है। इस प्रकार पद-पदपर दु:खोंमें भी

ईश्वरकी दयाका अनुभव करनेवाली स्त्री ईश्वरकी अनन्य भक्ति करके परम गतिको प्राप्त हो जाती है। अतः माताओं और बहिनोंको ईश्वरके द्वारा दिये हुए दुःखोंमें भी दयाका दर्शन करते हुए उसकी अनन्यभक्ति करनी चाहिये।

ऊपर बताये हुए पुरुष और स्त्रियोंके सामान्य धर्मका भी पालन करना एवं क्षणस्थायी इन्द्रियोंके भोगोंका त्याग कर संयमसे रहना चाहिये।

प्रातःकाल शौच, स्नान आदि करके अपने घरमें ही एकान्त स्थानमें जप, तप, पूजा, पाठ, स्तुति, ध्यान आदि ईश्वरकी भक्ति करें। उसके बाद बड़ोंके चरणोंमें प्रणाम करके उनकी सेवा एवं उनकी आज्ञाके अनुसार गृहकार्य ईश्वरको याद रखते हुए ही करें। माता कुन्तीकी तरह गृहकार्य एवं बड़ोंकी सेवामें ही दिन बितावें, उसीको अपना परम धन एवं धर्म समझें। जब सेवा एवं गृहकार्यसे छुट्टी पावें, तब एकान्तमें बैठकर अनन्यमनसे ईश्वर-भक्तिमें लगें, किन्तु एक क्षण भी निकम्मी न रहें, क्योंकि उत्तम कर्म ही परम धन है। इस प्रकार निष्कामभावसे की हुई सेवाद्वारा स्त्री सारे पापोंसे छूटकर उत्तम गति पाती है।

स्त्रियोंकी दृष्टि स्वाभाविक ही पुरुषोंकी तरफ चली जाती है। इसके निरोधके लिये विशेष संयम रखना चाहिये। यदि स्वभावके दोषके कारण भूलसे भी किसी पुरुषका दर्शन हो जाय तो या तो उस दिन एक समय ही भोजन करें या ईश्वरके नामका जप और अधिक करें।

ससुरालमें या पीहरमें जहाँ कहीं रहना हो, अपने

घरके पुरुषोंकी आज्ञामें ही रहना चाहिये, घरके बाहर तो उनकी आज्ञा बिना जाना ही न चाहिये, परंतु घरमें रहकर भी उनके आज्ञानुसार ही कार्य करना चाहिये, क्योंकि स्त्रियोंके लिये स्वतन्त्रता सर्वथा निषिद्ध है। स्वतन्त्रतासे उनका पतन हो जाता है। जो स्त्री स्वतन्त्रतासे बाहर फिरती है, वह दूषित वातावरणको पाकर नष्ट-भ्रष्ट हो जाती है।

सभी स्त्रियोंको अपने पिता, भाई, पति, देवर, जेठ और पुत्रके बिना कथा, कीर्तन, भजन, सत्संग, व्याख्यान, मन्दिर, तीर्थ और किसी धार्मिक संस्था या स्थानमें भी कभी अकेली नहीं जाना चाहिये, क्योंकि आजकल बहुत-से धार्मिक स्थानोंमें भी स्थानके अधिकारी लोग धन, गहने और धर्मका अपहरण करने एवं और भी भारी अत्याचार करने लग गये हैं। स्त्रियोंके लिये पतिके मरनेके बाद भी पतिके अतिरिक्त गुप्त या प्रकटरूपसे गुरु बनाना, उनकी सेवा करना, दूसरे पुरुषोंका उच्छिष्ट खाना, उनकी पूजा करना, घरवालोंसे छिपकर उनको रुपये देना, उनके साथ एकान्तवास करना सर्वथा निषिद्ध है। इसलिये इन बातोंसे स्त्रियोंको विशेष सावधान रहकर बचना चाहिये, क्योंकि आजकल बहुत-सी स्त्रियाँ मन्दिर, तीर्थ, गंगास्नान और सत्संग आदिका बहाना लेकर असदाचरण करती हैं। इसी बहाने बाहर निकलकर उन चेली बनानेवाले ठगोंके पंजेमें पड़कर धन, जेवर और सतीत्वको नष्ट कर देती हैं। इस समय तो शास्त्रविपरीत बहुत-से वैश्य, शूद्र और चमारतक भी अपनी जीविका छोड़कर साधु और भक्तोंके वेशमें तीर्थों आदिपर रहकर स्त्रियोंसे सेवा करवाते हैं

और गुप्तरूपसे उनसे धन मँगवाते हैं, उनके कण्ठी बाँधते हैं, उनको गुरुमन्त्र देते हैं, उनसे पैर पुजवाते हैं, उनके स्थानपर जाकर या उनको अपने स्थानपर बुलवाकर कथा, कीर्तन, सत्संगके बहाने अनेक प्रकारसे जाल बिछाकर भोली-भाली स्त्रियोंका धन और सतीत्व हरते हैं।

विधवा बहिनोंके लिये तो एकमात्र ईश्वर ही पति और ईश्वर ही गुरु हैं। उस परम पूजनीय सर्वव्यापी सगुण-निर्गुण-रूप परमात्माकी अपने हृदयरूपी मन्दिरमें चिन्मय दिव्य मनोहर मूर्तिका ध्यान एवं पूजन करना सर्वोत्तम है। यदि ऐसा न हो सके तो सर्वव्यापी अपने इष्टदेवकी दिव्य मूर्तिकी बाहर देशमें मनसे स्थापना करके उस मानसिक दिव्य मूर्तिकी मानसिक ही पूजा करनी चाहिये। यदि ऐसा न बन पड़े तो मीराबाईकी तरह अपने घरमें ही इष्टदेव परमात्माकी धातु आदिकी मूर्ति या चित्र रखकर उसकी सेवा-पूजा करनी चाहिये और उसीपर ध्यान जमाना चाहिये।

पीहर या ससुरालमें—घरमें कोई निकटवर्ती पुरुष न हों अथवा होकर भी भोजन-वस्त्रादि देकर पालन न करें तो ऐसे विपत्तिकालमें भी उनकी सेवा करते हुए ही गृह-शिल्प या मेहनत-मजदूरी आदिद्वारा अपने शरीरका निर्वाह करें; परंतु काम, क्रोध, लोभ और मोहके वशीभूत होकर अपने धर्म और लज्जाका कभी त्याग न करें; अपने पीहर और ससुरालवालोंको कलंक लगे और अपना लोक-परलोक नष्ट हो ऐसा कार्य भारी आपत्ति आ पड़नेपर भी न करें।

पलंग, रंगीन वस्त्र, आभूषण, शृंगार एवं ऐश-आराम,

स्वाद, भोग, प्रमाद, आलस्य, दुर्गुण और दुराचारोंका एकदम त्याग कर दें। शृंगार करनेवाली स्त्रियोंके संगका राग और द्वेषसे रहित होकर यथाशक्ति त्याग करें; क्योंकि वह ज्ञान, वैराग्य, ईश्वरभक्ति एवं तपमें बाधा डालनेवाला है। गाने, बजाने, नाच-विवाह आदि कार्योंसे बचकर रहें। तप-उपवास आदिको यथावधि धारण-पालन करें।

फालतू बातचीत एवं व्यर्थ चेष्टा करके अपने अमूल्य समयको न बितावें। मृत्युको नजदीक समझकर सारा समय अपने कल्याणके कार्यमें ही लगानेकी कोशिश रखें। मन और इन्द्रियोंको संयम एवं यम-नियमादि सामान्य धर्मोंके पालनपर ध्यान रखते हुए ईश्वरके भक्ति-परायण होकर पवित्रताके साथ अपना जीवन बितावें।

उपर्युक्त प्रकारसे जीवन बितानेवाली विधवा स्त्री देवताओंद्वारा भी पूजनेके योग्य होती है। इस प्रकारकी पवित्र स्त्रियोंकी सेवा करनेवाले पुरुष भी पवित्र हो जाते हैं। जिन घरोंमें ऐसी स्त्रियाँ वास करती हैं, वे घर भी पवित्र समझे जाते हैं।

पुरुषोंका स्त्रियोंके साथ व्यवहार

माताओं और बहिनोंके दोषोंको दिखाते हुए हमने बहुत-सी बातें लिखी हैं, किन्तु पुरुषोंके दोषोंकी तरफ देखा जाय तो उनमें इनसे भी कहीं अधिक दोष मिलेंगे। परंतु स्त्रियोंका विषय होनेके कारण उनके सुधार और ज्ञानके लिये इतनी बातें लिखी हैं। अपेक्षाकृत देखा जाय तो सभी स्त्रियाँ पुरुषोंके साथमें सेवादिका

व्यवहार करती हैं, पर बदलेमें पुरुष उनके साथ वैसा नहीं करते। कोई-कोई तो बात-बातमें अपनी स्त्रियोंका अपमान करते हैं, उनको गालियाँ देते हैं और मारपीटतक भी करने लग जाते हैं। यह मनुष्यताके बाहरकी बात है। उन भाइयोंसे हमारा नम्र निवेदन है कि स्त्रियोंके साथ अमानुषिक व्यवहार कदापि न करें। इस प्रकारके व्यवहारसे इस लोकमें अपकीर्ति और परलोकमें दुर्गति होती है।

कोई-कोई भाई लोभके वशीभूत होकर अपनी कन्याको वृद्ध, रोगी, मूर्ख, अंगहीन आदि अपात्रोंके प्रति दे देते हैं। वे देने और लेनेवाले दोनों कन्याके जीवनको नष्ट करते हैं और स्वयं नरकके भागी होते हैं। अतः ऐसे पापोंसे मनुष्यको अवश्य बचकर रहना चाहिये।

स्त्रियोंके साथ सत्कारपूर्वक अच्छा व्यवहार करना चाहिये। स्त्रियोंका जहाँ सत्कार होता है, वहाँ सब देवता निवास करते हैं। जहाँ सत्कार नहीं होता है, वहाँ सारे कर्म निष्फल हो जाते हैं। जब घरमें कोई पुरुष बीमार पड़ता है, उसके लिये जितनी कोशिश होती है उतनी जब कोई स्त्री बीमार पड़ती है, तब नहीं होती। यह विषमताका व्यवहार विषके समान फल देनेवाला है, अतः पुरुषोंको उचित है कि स्त्री-पुरुष सबके साथ समताका व्यवहार करें।

स्त्रियोंमें जो कई प्रकार दोष दिखाये गये हैं, उनका कारण भी अधिकांशमें पुरुष ही हैं, क्योंकि पुरुष स्त्रियोंके साथ बुरा व्यवहार करते हैं, अतः उनको पुरुषोंसे बुरी शिक्षा

प्राप्त होती है। यदि पुरुष स्त्रियोंके साथ अपना व्यवहार सुधार लें तो उनका बहुत-सा सुधार होना स्वाभाविक ही है; क्योंकि यह न्याय है कि जब कोई किसीके साथ अच्छा व्यवहार करता है तो दूसरा भी उसके साथ अच्छा ही व्यवहार करता है।

विधवा स्त्रियोंके साथ तो पुरुषोंका व्यवहार प्रायः निन्दनीय ही है। उसके सुधारकी बहुत ही आवश्यकता है। जिसका पति मर जाता है, वह बेचारी अनाथ हो जाती है। उसका लोग कहीं आदर नहीं करते, न पीहरमें, न ससुरालमें। बहुत-से पुरुष अपनी पत्नियोंके वशमें होकर धर्म पालनेवाली सुशीला विधवा स्त्रीके साथमें भी सद्व्यवहार नहीं करते और न उसका पालन-पोषण ही करते हैं। प्रथम तो इस घोर कलिकालमें विधवाका धर्म रहना स्वाभाविक ही कठिन है, तिसपर कोई रखना चाहती है तो उसको मदद देना तो दूर रहा, बल्कि लोग अनेक प्रकारके संकटोंमें डालनेकी चेष्टा करते हैं। इसमें कोई-कोई तो दुःखित होकर धर्मको छोड़ देती हैं। अतएव जिनके घरमें विधवा स्त्री हो, उन मनुष्योंको स्वयं संयमसे रहकर उनको संयमकी शिक्षा देनी चाहिये। ऐश-आराम-भोगोंको तुच्छ समझकर स्वयं उत्तम आचरणोंको करते हुए उनको क्रियाके द्वारा सीख देनी चाहिये। उनकी तन-मन-धनसे मदद करनी चाहिये। विशेष मदद न दे सकें तो उनके स्वत्वपर तो बुरी नीयत कभी न करनी चाहिये। बहुत-से लोग तो ऐसे देखे गये हैं जो पुत्र, भाई आदिके मरनेके बाद उनकी स्त्रियोंके धनपर अधिकार जमाकर उनपर झूठा-सच्चा कलंक लगाकर उनको भोजनतक भी नहीं देते

और कोई-कोई तो लोभमें आकर धन छीननेके लिये निकालनेतकको चेष्टा करते हैं। उस दु:खियाकी हायसे उनका यह लोक और परलोक नष्ट हो जाता है। उन पुरुषोंको ईश्वरकी तरफ और मृत्युकी तरफ खयाल करके इस राक्षसी कर्मसे विरत होना चाहिये। यह लेख स्त्रियोंके विषयका होनेके कारण पुरुषोंके विषयको यहाँ विशेष नहीं लिखकर संक्षेपसे ही कुछ निवेदनमात्र किया है।

॥ श्रीहरिः ॥

गीताप्रेस, गोरखपुरसे प्रकाशित कुछ भक्त-चरित्र

कोड	पुस्तक
40	**भक्त चरितांक**— सचित्र, सजिल्द
51	**श्रीतुकाराम-चरित**— जीवनी और उपदेश
121	**एकनाथ-चरित्र**
53	**भागवतरत्न प्रह्लाद**
123	**चैतन्य-चरितावली**— सम्पूर्ण एक साथ
751	**देवर्षि नारद**
168	**भक्त नरसिंह मेहता**
1564	**महापुरुष श्रीमन्त शंकरदेव**
169	**भक्त बालक**—गोविन्द, मोहन आदिकी गाथा
170	**भक्त नारी**—मीरा, शबरी आदिकी गाथा
171	**भक्त पंचरत्न**—रघुनाथ, दामोदर आदिकी गाथा
175	**भक्त-कुसुम**—जगन्नाथ आदि छः भक्तगाथा
173	**भक्त सप्तरत्न**—दामा, रघु आदिकी भक्तगाथा
174	**भक्त चन्द्रिका**— सखू, विट्ठल आदि छः भक्तगाथा

कोड	पुस्तक
176	**प्रेमी भक्त**—बिल्वमंगल, जयदेव आदि
177	**प्राचीन भक्त**— मार्कण्डेय, उत्तंक आदि
178	**भक्त सरोज**—गंगाधरदास, श्रीधर आदि
179	**भक्त सुमन**—नामदेव, राँका-बाँका आदिकी भक्तगाथा
180	**भक्त सौरभ**—व्यासदास, प्रयागदास आदि
181	**भक्त सुधाकर**—रामचन्द्र, लाखा आदिकी भक्तगाथा
182	**भक्त महिलारत्न**—रानी रत्नावती, हरदेवी आदि
183	**भक्त दिवाकर**—सुव्रत, वैश्वानर आदिकी भक्तगाथा
184	**भक्त रत्नाकर**—माधवदास, विमलतीर्थ आदि चौदह भक्तगाथा
185	**भक्तराज हनुमान्**— हनुमान्‌जीका जीवनचरित्र
186	**सत्यप्रेमी हरिश्चन्द्र**
187	**प्रेमी भक्त उद्धव**
188	**महात्मा विदुर**
136	**विदुरनीति**
138	**भीष्मपितामह**
189	**भक्तराज ध्रुव**

॥ श्रीहरिः ॥

गीताप्रेस, गोरखपुरसे प्रकाशित सर्वोपयोगी प्रकाशन

कोड	पुस्तक
55	महकते जीवनफूल
57	मानसिक दक्षता
59	जीवनमें नया प्रकाश
60	आशाकी नयी किरणें
64	प्रेमयोग
119	अमृतके घूँट
120	आनन्दमय जीवन
122	एक लोटा पानी
129	एक महात्माका प्रसाद
130	तत्त्वविचार
131	सुखी जीवन
132	स्वर्णपथ
133	विवेक-चूड़ामणि
134	सती द्रौपदी
137	उपयोगी कहानियाँ
147	चोखी कहानियाँ
151	सत्संगमाला एवं ज्ञानमणिमाला
157	सती सुकला
159	आदर्श उपकार— (पढ़ो, समझो और करो)
160	कलेजेके अक्षर ,,
161	हृदयकी आदर्श विशालता ,,
162	उपकारका बदला ,,
163	आदर्श मानव-हृदय ,,
164	भगवान्के सामने सच्चा सो सच्चा (पढ़ो, समझो और करो)
165	मानवताका पुजारी ,,
166	परोपकार और सच्चाईका फल (पढ़ो, समझो और करो)
191	भगवान् कृष्ण
193	भगवान् राम
195	भगवान्पर विश्वास
196	मननमाला
202	मनोबोध
387	प्रेम-सत्संग-सुधामाला
501	उद्धव-सन्देश
510	असीम नीचता और असीम साधुता
542	ईश्वर
668	प्रश्नोत्तरी
698	मार्क्सवाद और रामराज्य— स्वामी करपात्रीजी
701	गर्भपात उचित या.....
747	सप्त महाव्रत
774	कल्याणकारी दोहा-संग्रह, गीताप्रेस-परिचयसहित

‘गीताप्रेस’ गोरखपुरकी निजी दूकानें तथा स्टेशन-स्टाल

डाकद्वारा एवं विदेशोंमें पुस्तकें भेजनेकी व्यवस्था केवल गोरखपुरमें है।

gitapressbookshop.in से गीताप्रेस प्रकाशन online खरीदें।

इन्दौर-452001	जी० 5, श्रीवर्धन, 4 आर. एन. टी. मार्ग	(0731) 2526516, 2511977
ऋषिकेश-249304	गीताभवन, पो० स्वर्गाश्रम	(0135) 2430122, 2432792
कटक-753009	भरतिया टावर्स, बादाम बाड़ी	(0671) 2335481
कानपुर-208001	24/55, बिरहाना रोड	फोन/फैक्स (0512) 2352351
कोयम्बटूर-641018	गीताप्रेस मेंशन, 8/1 एम, रेसकोर्स	(0422) 3202521
कोलकाता-700007	गोबिन्दभवन; 151, महात्मा गाँधी रोड	(033) 40605293, 22680251
गोरखपुर-273005	गीताप्रेस—पो० गीताप्रेस	(0551) 2334721, 2331250, फैक्स 2336997
चेन्नई-600010	इलेक्ट्रो हाउस, रामनाथन स्ट्रीट किलपौक	(044) 26615959 ; फैक्स 26615909
जलगाँव-425001	7, भीमसिंह मार्केट, रेलवे स्टेशनके पास	(0257) 2226393 ; फैक्स 2220320
दिल्ली-110006	2609, नयी सड़क	(011) 23269678; फैक्स 23259140
नागपुर-440002	श्रीजी कृपा कॉम्प्लेक्स, 851, न्यू इतवारी रोड	(0712) 2734354
पटना-800004	अशोकराजपथ, महिला अस्पतालके सामने	(0612) 2300325
बेंगलुरु-560027	7/3, सेकेण्ड क्रास, लालबाग रोड	(080) 65636566
भीलवाड़ा-311001	जी 7, आकार टावर, सी ब्लाक, गान्धीनगर	(01482) 248330
मुम्बई-400002	282, सामलदास गाँधी मार्ग (प्रिन्सेस स्ट्रीट)	(022) 22030717
राँची-834001	कार्ट सराय रोड, अपर बाजार, बिड़ला गद्दीके प्रथम तलपर	(0651) 2210685
रायपुर-492009	मित्तल कॉम्प्लेक्स, गंजपारा, तेलघानी चौक (छत्तीसगढ़)	(0771) 4034430
वाराणसी-221001	59/9, नीचीबाग	(0542) 2413551
सूरत-395001	2016 वैभव एपार्टमेन्ट, भटार रोड	(0261) 2237362, 2238065
हरिद्वार-249401	सब्जीमण्डी, मोतीबाजार	(01334) 222657
हैदराबाद-500095	41, 4-4-1, दिलशाद प्लाजा, सुल्तान बाजार	(040) 24758311, 66758311
काठमाडौं (नेपाल)	पसल नं० 6,7,8, माधवराज सुमार्गी स्मृति भवन, वनकाली, पशुपति क्षेत्र। e-mail : gitapress.nepal@gmail.com	मोबाइल : 9823490038

स्टेशन-स्टाल— **दिल्ली** (प्लेटफार्म नं० 5-6); **नयी दिल्ली** (नं० 14-15); **हजरत निजामुद्दीन** [दिल्ली] (नं० 4-5); **कोटा** [राजस्थान] (नं० 1); **बीकानेर** (नं० 1); **गोरखपुर** (नं० 1); **गोण्डा** (नं० 1); **लखनऊ** [एन० ई० रेलवे]; **कानपुर** (नं० 1); **वाराणसी** (नं० 4-5); **मुगलसराय** (नं० 3-4); **हरिद्वार** (नं० 1); **पटना** (मुख्य प्रवेशद्वार); **राँची** (नं० 1); **धनबाद** (नं० 2-3); **मुजफ्फरपुर** (नं० 1); **समस्तीपुर** (नं० 2); **छपरा** (नं० 1); **सीवान** (नं० 1); **हावड़ा** (नं० 5 तथा 18 दोनोंपर); **कोलकाता** (नं० 1); **सियालदा मेन** (नं० 8); **आसनसोल** (नं० 5); **कटक** (नं० 1); **भुवनेश्वर** (नं० 1); **अहमदाबाद** (नं० 2-3); **राजकोट** (नं० 1); **जामनगर** (नं० 1); **भरुच** (नं० 4-5); **वडोदरा** (नं० 4-5); **इन्दौर** (नं० 5); **जबलपुर** (नं० 6); **औरंगाबाद** [महाराष्ट्र] (नं० 1); **गोंदिया** [महाराष्ट्र] (नं० 1); **सिकन्दराबाद** [आं० प्र०] (नं० 1); **विजयवाड़ा** (नं० 6); **गुवाहाटी** (नं० 1); **खड़गपुर** (नं० 1-2); **रायपुर** [छत्तीसगढ़] (नं० 1); **बेंगलुरु** (नं० 1); **यशवन्तपुर** (नं० 6); **हुबली** (नं० 1-2); **श्री सत्यसाईं प्रशान्ति निलयम्** [दक्षिण-मध्य रेलवे] (नं० 1)।

फुटकर पुस्तक-दूकानें— **चूरू**-ऋषिकुल ब्रह्मचर्याश्रम, पुरानी सड़क, **ऋषिकेश**-मुनिकी रेती; **बेरहामपुर**-म्युनिसिपल मार्केट काम्प्लेक्स, के० एन० रोड, **नडियाड** (गुजरात) संतराम मन्दिर; **चेन्नई**-12, अभिरामी माल, पुरासावलकम, निकट किलपौक/वेपेरी।

Code 300▲